

TITULO

Cuadro Sinóptico

Materia: Proyeccion Profesional

Licenciatura: medicina veterinaria y zotecnia

Cuatrimestre 8

Nombre del alumno: David Morales sanchez

COMPONENTES DE LA IMAGEN

¿Qué es imagen personal?

como la identidad que, a través de su indumentaria y cuidado de sus rasgos físicos, la persona construye de sí misma para presentarse en sociedad como prolongación de su papel en la sociedad, de su manera de ser, de comportarse, de vivir y de todos los rasgos de su personalidad.

Estos son sólo algunos apuntes de lo que la imagen personal ha significado a lo largo de la historia para el individuo, repasemos:
Imagen social como objeto a educar desde la cuna.
Vía de extensión de la personalidad del individuo.
Símbolo de estatus social.

El saludo

El saludo, por lo general, es la primera muestra de elemental cortesía que ofrecemos cuando se nos presenta a alguien, ingresamos a un lugar, o nos encontramos con un familiar, un amigo o un simple conocido.

- a) Conservar la mano limpia y libre de sudor. Si el sudor es un problema, lleve siempre consigo un pañuelo y limpie sus manos antes de saludar.
- b)) Extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos.
- c) Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo, es decir hasta el límite en el que se toquen ambos las uniones del pulgar con el índice.
- d) d) Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces.
- e) Al dar la mano debe hacerse con firmeza, pero sin caer en la rudeza. Un saludo demasiado suave, inclusive dado por una mujer, no deja una buena impresión.

Autoestima

Autoestima es la valoración, percepción o juicio positivo o negativo que una persona hace de sí misma en función de la evaluación de sus pensamientos, sentimientos y experiencias.
La autoestima está relacionada con la autoimagen, que es el concepto que se tiene de uno propio, y con la autoaceptación, que se trata del reconocimiento propio de las cualidades y los defectos.

La autoestima se basa en el valor que una persona se otorga a sí misma, la cual puede ser modificada a través del tiempo y requiere de un conocimiento adecuado y aceptación personal.